

## 银耳雪梨瘦肉汤



**准备食材:**瘦肉, 银耳, 雪梨, 红枣, 枸杞子, 姜片。

### 做法步骤:

- 1、瘦肉清洗干净切成小块, 冷水下锅焯水, 放入姜片去腥, 煮开后撇掉浮沫, 再将瘦肉捞起来清洗干净浮沫。
- 2、银耳提前浸泡, 泡发后清洗干净, 撕成小块。雪梨表面撒上食盐搓洗, 洗净后切成小块。红枣清洗干净, 去核备用。
- 3、将瘦肉、银耳、雪梨、红枣和姜片放入汤锅中, 加入足量的热水, 盖上盖子, 隔水炖煮一个半小时。
- 4、在出锅前十分钟, 加入食盐调味, 撒上枸杞子搅拌均匀, 即可出锅开吃。